



16. Ilmenauer Osterlauf
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 20.04.2019

□□□□

Pohl, Günther

□□: Itv erfurt
 □□: 468

□□: 18.50 km
 Lange Strecke

□□□□:
 Senioren M80 (80 Jahre und älter)

□□□: 1:55:50

□□: 9.32 km/h
 □□□□: 6:16 min/km

□□□□□/□□□: 131 (of 149)

□□□□□/□: 110 (of 122)

□□□□□□: 1:10:12

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 1:55:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	9.30	57:29	6:10	1	-	114	23:05	9.30	57:29	6:10	1	-	114	23:05
Runde	9.00	57:12	6:21	1	-	107	22:05	18.30	1:54:41	6:16	1	-	110	45:10
Ziel	0.20	1:09	5:44	1	-	118	0:31	18.50	1:55:50	6:15	1	-	110	45:38